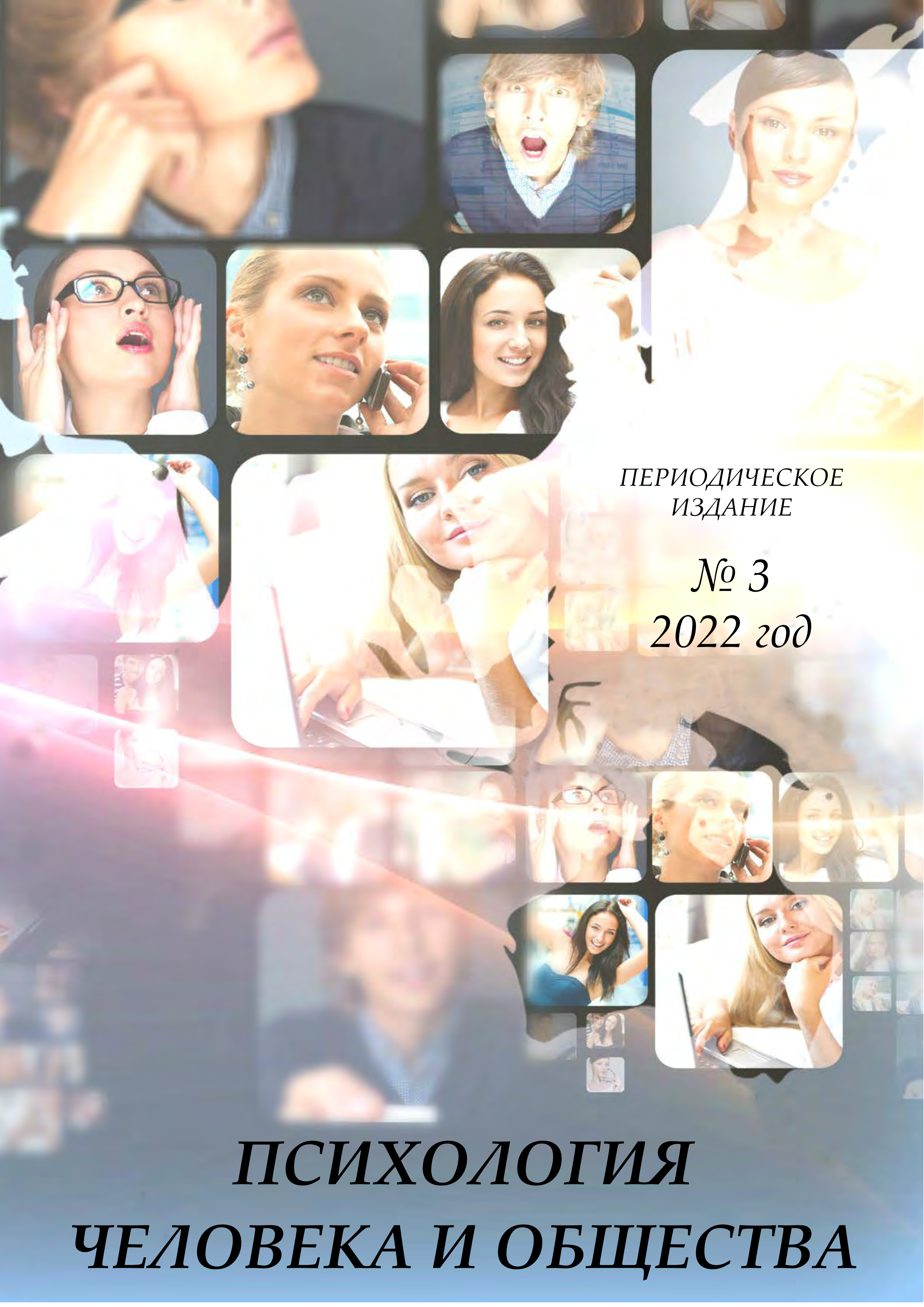

ПЕРИОДИЧЕСКОЕ
ИЗДАНИЕ
№ 3
2022 год
ПСИХОЛОГИЯ
ЧЕЛОВЕКА И ОБЩЕСТВА

ГБОУ ВПО
«Донбасская аграрная
академия»



МАКЕЕВКА

2022 год

ГБОУ ВПО «**Донбасская аграрная академия»** приглашает к сотрудничеству студентов, магистрантов, аспирантов, докторантов, а также других лиц, занимающихся научными исследованиями, опубликовать рукописи в электронном журнале «**Психология человека и общества**».

Основное заглавие: **Психология человека и общества**
Место издания: **г. Макеевка, Донецкая Народная Республика**
Параллельное заглавие: **Psychology of human and society**
Формат издания: **электронный журнал в формате pdf**
Языки издания: **русский, украинский, английский**
Периодичность выхода: **1 раз в месяц**
Учредитель периодического издания: **ГБОУ ВПО «Донбасская аграрная академия»**
ISSN: **2587-8875**

Редакционная коллегия издания:



Выходные данные выпуска:

Психология человека и общества. – 2022. – № 3 (44).

ОГЛАВЛЕНИЕ ВЫПУСКА МЕЖДУНАРОДНОГО НАУЧНОГО ЖУРНАЛА «ПСИХОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА И ОБЩЕСТВА»

Раздел «Психология и педагогика»

Раздел «Культурология»

УДК 37.022

ВОСПИТАНИЕ ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ

Бажанова Елена Олеговна,
Специализированная гуманитарная школа № 95, г. Донецк

E-mail: bazhanovaelena@bk.ru

Аннотация. *Статья посвящена проблеме экологического воспитания младших школьников в образовательном процессе начальной школы. Охарактеризованы теоретические основы, содержание и особенности экологического воспитания учащихся начальных классов. Представлены пути экологического воспитания детей младшего школьного возраста. Определено, что экологического воспитание учащихся начальной школы следует осуществлять в ходе преподавания естественных и гуманитарных дисциплин, а также путем введения в процесс внеурочной и внеклассной работы факультативных курсов природо-экологического содержания. Названы наиболее действенные в данном направлении формы организации учебно-воспитательного процесса. Обоснована эффективность экологического воспитания младших школьников путем сквозной экологизации учебных дисциплин, внеурочной и внеклассной работы.*

Abstract. *The article is devoted to the problem of ecological education of junior schoolchildren in the educational process of elementary school. Theoretical foundations, content and features of ecological education of primary school students are characterized. The ways of ecological education of children of primary school age are presented. It has been determined that the environmental education of elementary school students should be carried out in the course of teaching natural and humanitarian disciplines, as well as by introducing optional courses of natural and environmental content into the process of extracurricular and extracurricular work. The most effective forms of organization of the educational process in this direction are named. The effectiveness of ecological education of younger schoolchildren is substantiated through the through ecologization of academic disciplines, extracurricular and extracurricular activities.*

Ключевые слова: экологическая культура, *экологическое воспитание, младшие школьники, образование, учебно-воспитательный процесс, начальная школа.*

Key words: *ecological culture, ecological education, junior schoolchildren, education, educational process, elementary school.*

Постановка проблемы. Господство в современном мире потребительского отношения к природе, антропогенное влияние на окружающую среду, которое человек оказывает своим безответственным

отношением к окружающей среде и безграничным желанием обогащения любым способом, приводят к нарушению естественного равновесия, существовавшего на протяжении миллионов лет, к крупномасштабным биологическим катастрофам и ухудшению состояния здоровья населения. Все это актуализирует проблему усиления экологического воспитания нового поколения, создания образовательной парадигмы, ориентированной на формирование и становление экологически воспитанной личности.

Отношение человека к миру природы проявляется еще в раннем возрасте, во время которого закладывается база экологической культуры личности. Еще В. Сухомлинский отмечал, что природа находится в основе детского мышления, мировосприятия, эмоционально-чувственных состояний и творчества. Поэтому младший школьный возраст является сенситивным периодом для развития у учащихся основ экологической культуры. Начальная школа является важной ступенью в формировании экологической культуры личности и имеет широкий диапазон возможностей обеспечения наиболее эффективного формирования познавательного потенциала экологических знаний, воспитания экологически мыслящего, ответственного человека будущего путем познания и исследования мира природы.

Анализ последних исследований и публикаций. Анализ современной психолого-педагогической и методической литературы позволяет отметить, что существует несколько подходов к определению сущности понятия «экологическое воспитание». И. Зверев, Л. Салеева, И. Суравегина, Л. Моисеева и др. рассматривают экологическое воспитание как составляющую экологического образования. По мнению ученых, суть данного процесса сводится к формированию качеств личности, которые обеспечивают ответственное отношение к окружающей социальной и природной среде С. Шумилова и А. Янушко трактуют экологическое воспитание как часть триады «экологическое воспитание – экологическое просвещение – экологическое образование». Г. Буковская и И. Цветкова рассматривают понятие «экологическое воспитание» в широком (управление взаимодействием детей как активных субъектов деятельности с окружающей социальной и природной средой, в процессе которого происходит их и адаптация к природным социальным условиям и личностное становление) и узком смысле (создание педагогических условий, которые способствуют развитию экологической культуры личности). С. Глазачев, М. Емельянова, Е. Яковлева выделяют экологическое воспитание в качестве самостоятельного направления воспитания, играющего роль определенного интегратора в современном воспитательном процессе, целью которого является формирование экологической культуры личности, базирующейся на ответственном отношении к природной среде как к личной и общественной ценности. Н. Катович, Н. Новожилова и Ю. Ракчеева исследуют неделимое, с их точки зрения, сочетание экологического образование и экологического воспитания. Данный подход к системе экологического воспитания включает эмпирический («жизненный») способ экологического ориентирования и основывается на научно-теоретической базе. Также исследующие проблему экологического воспитания учащихся ученые считают, что эффективное экологическое воспитание невозможно без соответствующего

экологического образования, что обусловливает развитие образования в контексте воспитания, так как знания сами по себе не определяют направленность деятельности человека [1].

Анализ научных источников позволяет нам характеризовать экологическое воспитание как: образовательно-воспитательную систему, обеспечивающую освоение и усвоение учащимися совокупности соответствующих знаний, развитие умений, навыков, формирование соответствующих отношений, определяющих их экологическое сознание и мышление, развивающих эмоциональную сферу; нравственно-эстетическое и правовое отношение к окружающей среде, укрепляющее природосообразное поведение и деятельность.

Целью статьи является краткий обзор системы воспитания экологической культуры у младших школьников в образовательном процессе начальной школы.

Изложение основного материала. История человеческого существования тесно переплетается с историей природы. Общество является одним из этапов эволюции последней. Между обществом и природой существует прямая и обратная связь. Человек является частью природы и, в то же время, транслятором культуры, в том числе экологической, и способ взаимодействия человека с природой определяется экологической культурой общества.

Экологическая культура является производным понятия «культура», так как экологическая культура выступает органичной составляющей общей культуры человечества, которой свойственно глубокое осознание значимости современных экологических проблем в жизни и дальнейшего онтогенеза человечества.

Лексема «культура» переводится с латыни как «обработка почвы», однако с течением времени значение данного понятия трансформировалось и диапазон его интерпретации расширился. Наши предки под культурой понимали почитание богов. Впоследствии понятие «культура» стали определять как совокупность материальных и духовных ценностей, накопленных человечеством на протяжении тысячелетий (картины, письменность, ритуалы, архитектура).

Культурные нормы и правила генетически не заложены в человеке – они усваиваются на протяжении жизни путем обучения, воспитания, целенаправленной работы и культурной деятельности человека. Поэтому каждый народ уникален вследствие неповторимости и своеобразия своей культуры.

Понятие «экология» сегодня имеет широкий ряд трактовок. Согласимся с мнением В. Крисаченко, который выделил следующие ведущие трактовки сущности феномена «экология»: наука о взаимоотношениях организмов с природной средой; наука о функционировании экосистем разных уровней организации; комплексная наука об окружающей среде биосистем; синергетические знания о взаимоотношениях объектов реальности с каким-либо одним, центральным объектом; наука об уникальном космическом статусе человека как биологическом виде; наука о взаимоотношениях биосистем с окружающей средой, определяющей пространственные и временные параметры их существования и развития [2].

Как видим, связь между экологией и культурой заключается в качестве взаимодействия человека с окружающей средой, отражающем уровень культуры, носителем которой является индивид.

Одним из первых исследовать проблемы экологической культуры стал В. Вернадский, изучавший проблемы человеческого фактора в существовании мира. Исследователь считал, что суть экологической проблемы состоит в том, «что люди не успевают адаптировать свою культуру в соответствии с теми изменениями, которые сами же привносят в этот мир, и источники этого кризиса находятся внутри, а не извне человеческой сущности…» [3].

По своей природе экологическая культура является так называемым «кодексом поведения», которым руководствуется человек в ходе экологической деятельности и общего поведения. Эта культура вобрала в себя выработанные в ходе эволюционных процессов способы самореализации человека в природе, приобретенный жизненный опыт, нравственные ценности и отношение к природе, совокупность знаний, норм, стереотипов и правил поведения человека в природной среде, умение и опыт решения экологических проблем, способность прогнозировать возможные негативные последствия антропогенной деятельности в природе и эффективные пути гармонизации отношений общества и природы.

Воспитание экологической культуры у учащихся начальной школы призвано обеспечить восстановление утраченного равновесия и гармонизировать отношения в системе «человек – природа».

Воспитание у младших школьников экологической культуры – сложный и длительный процесс, осуществляемый поэтапным путем решения учебных, воспитательных и развивающих задач. Его результатом должно быть не только овладение теоретическими знаниями и практическими умениями, но и развитие эмоционально-чувственной сферы, умения и желания активно защищать, улучшать, восстанавливать природную среду.

Содержание учебно-воспитательной деятельности в данном направлении заключается в раскрытии перед учащимися начальных классов многогранной ценности природы и должно обеспечивать соответствующую активность младших школьников, пробуждать у них интересы экологической направленности, реализовывать максимальное стремление к жизни в экологически оптимальных условиях, а образовательный материал не должен быть перенасыщен информацией, не доступной для полноценного восприятия его учащимися. Это указывает на то, что воспитание экологической культуры должно происходить с учетом возрастных, индивидуальных, психологических особенностей детей данной возрастной группы.

Достичь максимального эффекта воспитания экологической культуры у учащихся начальной школы можно путем усиления комплекса обучающего, воспитательного, развивающего и формирующего воздействия на личность учащегося. Причем эффективность формирования экологической культуры обеспечивается путем сквозной экологизации учебных дисциплин, внеурочной и внеклассной работы.

Магистральной тенденцией в воспитании экологической культуры у учащихся начальной школы является многовариантность форм, методов и

приемов данного педагогического процесса, утверждение достоинства каждого учащегося; введение в рамках Государственного образовательного стандарта начального общего образования в учебно-воспитательный процесс внешкольной и внеурочной эколого-натуралистической работы актуальных для современного реформирования системы образования инновационных подходов, предполагающих обновление структуры и содержания внешкольного и внеурочного образования.

Работа по воспитанию экологической культуры в образовательном процессе начальной школы реализуется по эколого-просветительскому, учебно-исследовательскому и природоохранному направлениям посредством разнообразных форм, методов, приемов познавательно-исследовательской деятельности учащихся младших классов.

Большого внимания заслуживает вопрос воспитания экологической культуры у младших школьников в процессе изучения учебных дисциплин начальной школы. Широкий диапазон возможностей по осуществлению экологического учебно-воспитательного воздействия на младших школьников заложен в содержании учебного интегрированного курса «Окружающий мир». Целью естествознания в начальной школе является формирование у младших школьников ценностного отношения к природе, достойного поведения в природе, становление и развитие научного естественно-экологического мышления. Учащиеся должны приобрести опыт по исследованию мира природы; проявлять стойкое любопытство и получать радость от раскрытия тайн природы; осознавать ценность природы и взаимосвязь ее объектов и явлений; бережно относиться к природным богатствам; развивать научное, критическое мышление в целях преодоления проблем экологического характера.

Предметы естественнонаучного цикла начальной школы своим содержанием, направленностью должны прямо ориентировать на практическую деятельность учащихся в окружающей среде, обеспечивая должную теоретическую базу для формирования у учащихся целостной картины мира с единством и разнообразием взаимосвязей между всеми элементами природы. Усвоение экологических знаний тесно связано с практическими занятиями, исследованиями, работой на пришкольных участках, организацией общественно-полезного труда экологического содержания.

В рамках предметов гуманитарного цикла задачи экологического воспитания решаются несколько иначе, хотя и здесь практические действия не исключены. В силу специфики данных предметов внимание акцентируется на формировании ценностной культуры школьников, вовлечении учащихся в знакомство с художественной и научно-познавательной литературой экологического содержания, на формировании умений и навыков работы с такой литературой.

Воспитание экологической культуры у учащихся начальных классов неразрывно связано с эстетическим и нравственным становлением личности. Как известно, у младших школьников отношение к окружающей деятельности проявляется на уровне чувств, то есть они чувственно воспринимают объекты природы, «переживают» знания. Эстетические чувства пробуждают эмоциональные отзывы ребенка, развивают эмпатию, способствуют

формированию гуманного отношения к окружающей среде, поэтому значительная роль в воспитании экологической культуры в начальной школе отводится предметам эстетического цикла, которые призваны раскрыть эстетическое значение природы: ее удивительную красоту, неповторимость и неоценимость.

Еще одним путем воспитания экологической культуры у учащихся начальной школы может быть введение факультативных интегрированных курсов, таких как «Экология» (авт. Т. Климцова) [4], «Экология в начальной школе» (авт. И. Лапшина) [5] и др.

Следовательно, насыщение содержания учебных дисциплин экологически направленным материалом, внедрение интегрированных факультативных курсов в образовательный процесс начальной школы обеспечивает не только прочное и осмысленное усвоение знаний младшими школьниками, но и расширение кругозора учащихся, что способствует формированию у них элементарных нравственно-эстетических представлений и развития экологического мировоззрения.

Важным в контексте воспитания экологической культуры учащихся начальной школы является их вовлечение в природоохранную работу. Каждое дело, связанное с приумножением природных богатств, становится ступенькой в нравственном и трудовом развитии личности младшего школьника. Б. Иоганзен подчеркивал, что непосредственный контакт детей с миром природы оказывает положительное влияние на воспитание у школьников экологической культуры. Активное и сознательное участие детей в природоохранной деятельности позволяет овладеть глубокими знаниями о взаимосвязях общества и природы, умениями и навыками экологического характера.

С этой же целью необходимо проводить туристско-краеведческую работу, так как источником возникновения и развития экологической культуры есть познание сущности бытия народа и его отношения к природе.

С нашей точки зрения, наиболее действенными в воспитании экологической культуры младшего школьника выступают следующие формы организации учебно-воспитательного процесса: интегрированные уроки; уроки, имеющие культурологическую направленность; интерактивные уроки; ролевые игры; проектная деятельность; исследовательские практикумы; конкурсы; выставки; экологические акции; тематическое празднование соответствующих дат календаря, отмечание народных праздников; благотворительные мероприятия; экспедиции и др.

Среди важных предпосылок эффективности процесса становления экологической культуры младших школьников целесообразно выделить такие, как определение и системное применение в педагогическом процессе актуальных методов, приемов, средств обучения и воспитания. Приоритетная цель их использования – обеспечение того, чтобы познание природы, любое взаимодействие с ней оставляло в памяти детей глубокий след, влияло на эмоционально-чувственную сферу и сознание учащихся.

Эффективными в процессе воспитания экологической культуры у младших школьников являются интерактивные технологии, методы и приемы, в основе которых лежит ситуативное моделирование, обсуждение дискуссионных

вопросов, формы коллективно-группового и кооперативного обучения, которые позволяют привлекать к образовательному процессу всех учащихся класса. Ведущей функцией учащегося является самостоятельное получение знаний под руководством учителя.

Так, целесообразно использование интерактивных методов при изучении естественных дисциплин, в которых затрагиваются экологические проблемы и определяются пути их решения. Например, с помощью метода «Дерево решений» можно выяснить, вредна или полезна вода, метод «Займи позицию» поможет установить актуальные экологические проблемы и определить пути их решения, метод «Карусель» обеспечит сознательное усвоение теоретической информации о затронутой проблеме и др. Также очень эффективны ролевые игры и инсценизации, например «Суд над браконьером», «Экология водоемов», «Необъятный космос» и т.д.

Также эффективными методами воспитания экологической культуры личности являются методы развития критического мышления, которые реализуются посредством:

– поиска информации, ее анализа, сравнения и систематизации теоретических положений; умения объединять отдельные научные факты в общую синергетическую картину мира;

– планирования исследований; определения цели и выдвижения гипотез; наблюдения, анализа и обоснования результатов исследований; формулировки выводов; моделирования собственных исследований;

– умения видеть проблему, критически оценивать ее; нахождения эффективных путей решения проблемы в повседневной жизни;

– предприимчивости; генерирования новых идей;

– прогнозирования последствий; осуществления саморегуляции и рефлексии собственного поведения и т.д.

Так, действенными являются «Кубик Блума», «Филворд», «Фишбоун», «Ромашка вопросов», «Кластер», «Фантастические гипотезы» и др.

Выводы. Таким образом, воспитание экологической культуры у младших школьников включает экологизацию учебных предметов, введение факультативных курсов, нравственно-эстетическое развитие учащихся, учебно-просветительскую, учебно-исследовательскую, природоохранную деятельность, обеспечение самовоспитания, самообразования учащихся начальной школы. Формы экологического воспитания учащихся начальной школы в урочное, внеурочное и внеклассное время органично вплетаются в общую систему образовательной деятельности, что обеспечивает целостное восприятие мира, сознательное экологическое поведение младших школьников, формирование у них соответствующей системы нравственных ценностей, высоконравственного отношения к объектам природы, осознание взаимозависимости людей и окружающего мира. В работе по воспитанию экологической культуры у младших школьников необходимо системно использовать соответствующие формы, методы, приемы обучения и воспитания, которые должны быть интересны детям младшего школьного возраста, вызывать у них желание охранять окружающую среду и способствовать ориентации учащихся на экологическое самовоспитание, самообразование и самостоятельное осуществление природоохранной деятельности в повседневной жизни.

Список использованной литературы:

1. Агузарова И.Г. Экологическое воспитание младших школьников в условиях национальной школы: диссертация ... кандидата педагогических наук / И. Г. Агузарова. – Владикавказ, 2004. – 163 с.
2. Крисаченко В.С. Великий день гнева: экология и эсхатология / В.С. Крисаченко. – Минск, 1993. – 285 с.
3. Вернадский В.И. Философские мысли натуралиста / В.И. Вернадский. – Москва: Наука, 1998. – 522 с.
4. Климцова Т.А. Факультативный курс «Экология» / Т.А. Климцова // Начальная школа. – 2002. – № 7. – С. 86-87.
5. Авторская программа факультативного курса «Экология в начальной школе» учителя начальных классов Лапшиной И.Б. (МОУ средняя общеобразовательная школа № 19 с углубленным изучением отдельных предметов г. Заволжья) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https:// nsportal.ru/nachalnaya-shkola/okruzhayushchii-mir/2013/11/13/avtorskaya-programma-fakultativnogo-kursa-ekologiya

УДК 159.9.374 (797.325)

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ-ВОЛЕЙБОЛИСТОВ

Беляева Ольга Валерьевна,
Донецкий национальный
университет, г. Донецк

E-mail: *megabelaeva@maul.ru*

Ревуцкая Ирина Викторовна,
Донецкий национальный
университет, г. Донецк

E-mail: *irina.revutskaja@yandex.ua*

Аннотация. *В статье представлены особенности психологической подготовки юных спортсменов-волейболистов, а так же комплекс психолого-педагогических мероприятий, направленный на психологическую подготовку и воспитание юных спортсменов – волейболистов, развитие психических функций и качеств, необходимых для успешной деятельности юных спортсменов в данном виде спорта, а также специальной психологической подготовки как к конкретному предстоящему соревнованию так и на достижение оптимальной работоспособности при выступлении в каждом соревновании.*

Abstract. *The article presents the features of the psychological preparation of young athletes-volleyball players, as well as a complex of psychological and pedagogical measures aimed at the psychological training and education of young athletes-volleyball players, aimed at developing mental functions and qualities necessary for the successful activity of young athletes-volleyball players in this sport, as well as special psychological preparation for a specific upcoming competition and to achieve optimal performance when performing in each specific competition.*

Ключевые слова: *волейбол, юные спортсмены – волейболисты, психологическая подготовка, комплекс методов.*

Key words: *volleyball, athletes - volleyball players, psychological preparation, a set of methods.*

Центральной проблемой психологии спорта является разработка основ психологической подготовки и воспитания личности спортсмена, при этом данные задачи тесно взаимосвязаны между собой, поскольку успешное выступление в соревнованиях зависит не только от уровня высокой физической, технической и тактической подготовленности спортсмена, но и от его психологической готовности. Чтобы воспитать чемпиона, необходимо учитывать не только физические, технические, тактические способности, навыки, умения, резервные возможности, как обязательные элементы соревнования, также спортсмену необходимо быть психологически готовым к определенным, порой экстремальным условиям спортивной деятельности.

В современной научной литературе в воспитании и тренировке спортсменов неотъемлемой частью является психологическая подготовка – это система психолого-педагогических воздействий, которые применяются с целью формирования у юных спортсменов: свойств личности (характер, темперамент, способности, воля, направленность личности); психических процессов (ощущения, восприятие, внимание, память, воображение, речь и мышление), на это указывают научные труды таких ученых, как: Е.П. Ильин, Л.П. Матвеев, Р.С. Немов, Р.А. Пилоян, А.Л. Попов, А.Ц. Пуни, Б.П. Яковлев и др., а так же и психологических качеств, Ю.М. Блудов, О.В. Дашкевич, А.В. Ивойлов, Ю.А. Коломейцев, В.П. Некрасов, В.Н. Платонов, В.А. Плахтиенко, П.А. Рудик, Ю.Л. Ханин, О.А. Черникова, относят к ним: формирование навыков саморегуляции поведения и отношений, самоконтроля и самоанализа процессуального и результативного аспекта спортивной деятельности, самовоспитание и самокоррекцию личностных качеств и целевых установок, что, в свою очередь, обеспечивает надежность и помехоустойчивость действий спортсмена, благоприятные межличностные отношения и сплоченность в спортивной команде, высокий уровень готовности к достижениям и проявлениям волевых качеств, необходимых для успешного выполнения тренировочной деятельности, подготовки к соревнованиям и надежного выступления в них.

Волейбол – спортивная игра, которая отличается большой эмоциональной и интеллектуальной насыщенностью. Психологические особенности деятельности волейболиста определяются правилами игры, характером игровых действий, объективными особенностями соревновательной борьбы. Высокий темп игры, ее длительность, готовность спортсмена к выполнению ответных действий в условиях нехватки времени, результативный характер каждого приема и большая ответственность каждого действия, а кроме того, присутствие большого количества бурно реагирующих зрителей определяют насыщенность ее сильными и разнообразными эмоциями, одни из которых оказывают положительное влияние, другие – отрицательное [1].

В условиях современного спорта, связанного с ростом спортивных результатов и обострением конкуренции, отсутствие психологического обеспечения деятельности юных спортсменов и неготовность большинства детских тренеров организовать правильно такую работу приводит, во-первых, к большому оттоку юных спортсменов из спорта, особенно на начальном этапе подготовки (а учитывая, что нередко отсеиваются способные и перспективные для спорта дети, это не может не волновать тренеров и руководство спортивных школ); во-вторых, к значительному снижению эффективности психологической подготовки юных спортсменов [2].

В соответствие с этим, целью нашего исследования является разработка комплекса психолого-педагогических мероприятий, направленных на психологическую физическую, техническую, тактической подготовку и воспитание юных спортсменов – волейболистов.

В разные периоды становления спортивной психологии, ученые разносторонне подходили к данной проблеме. Так, Ю.М. Блудов, В.Л. Марищук, А.Ц. Пуни, А.В. Родионов, указывают на значимость психодиагностических

мероприятий, что дает возможность выявлять склонность спортсменов к тому или иному виду спорта, а также прогнозировать их вероятные достижения [3]. Г.Д. Горбунов, А.В. Голец, А.С. Гричанов, В.М. Дмитриенко, Е.П. Ильин, Ю.Г. Коджасниров, О.В. Красницкая, Н.Г. Озолин, В.Н. Платонов, Д.В. Попов, С.В. Сизяев, В.Ф. Сопов, И.В. Толкунова обозначили, что общая психологическая подготовка спортсменов представляет собой процесс развития свойств личности через систематическую тренировку психических состояний [1]. Ю.Д. Железняк, Ю.Я. Киселев, Л.П. Матвеев, А.Ц. Пуни, в современной теории и практике спортивной подготовки доказали эффективность различных средств воздействия на эмоциональное состояние спортсмена в ситуации готовности к конкретному соревнованию [4].

Учитывая данные исследования, нами разработан комплекс психолого-педагогических мероприятий, направленный на психологическую подготовку и воспитание юных спортсменов-волейболистов.

Теоретико-методологической основой комплекса психолого-педагогических мероприятий стали: гуманистический подход: психопедагогика физического воспитания и спорта, Г.Д. Горбунова; концепция волевой подготовки в спорте, психологическая характеристика спортивной деятельности, онтопсихология физического воспитания и спорта, А.Ц. Пуни; концепция психологических механизмов волевой регуляции В.А. Иванников; теоретические подходы тренировочно-соревновательных и игровых методов воспитания личностной сферы спортсмена – ребенка Т.А. Ильина, Г.И. Щукина, В.А. Сластёнина, И.З. Гликмана; подходы к функциональной саморегуляции в спорте, А.В. Беляева, Б.А. Вяткина, Е.П. Ильина, А.Ц. Пуни;

Цель – создание психологических условий для подготовки и воспитания юных спортсменов – волейболистов, развитие их личностных качеств, способностей и формирование потребности к самореализации в спорте.

Задачи комплекса психолого-педагогических мероприятий:

1. Психодиагностика, определяющая уровень подготовленности спортсменов к участию в соревнованиях;

2. Воспитание и развитие качеств личности, важных для спортсмена – волейболиста, а также стремления к достижению победы;

3. Формирование способности адаптироваться к условиям соревнований.

Комплекс психолого-педагогических мероприятий включает:

– систему психодиагностических исследований, направленных на прогнозирование возможности достижения максимального результата юных волейболистов;

– мероприятия, направленные на развитие свойств личности посредством систематического управления психическими состояниями, учитывая возрастные особенности спортсменов;

– специальная психологическая подготовка, направленная на формирование состояния психической готовности к соревнованию – целостное проявление личности юного спортсмена – волейболиста.

Общая психологическая подготовка состоит из психодиагностики, определяющей уровень подготовленности спортсменов – волейболистов и качеств личности, важных для спортсмена. Предметно представим комплекс

психодиагностического инструментария. Общая диагностика уровня подготовленности: 1) волевых качеств («Опросник для оценки своего упорства» Е.П. Ильин, Е.К. Фещенко, «Психологический анализ развития волевых качеств спортсменов» Б.Н. Смирнов, «Наблюдение для оценки волевых качеств» А.И. Высоцкий); 2) помехоустойчивости («Диагностика помехоустойчивости спортсменов в условиях системы виртуальной реальности» А.О. Савинкина, Д.К. Корнеев); 3) морально-этических качеств (Опросник ДУМЭОЛП – диагностика уровня морально-этической ответственности личности И.Г. Тимощук); 4) способности к произвольному управлению своим поведением в условиях аффекта («Экспертно-реабилитационная диагностика способности контролировать свое поведение» Д.И. Лаврова, Г.П. Киидрас, Е.С. Либмап).

Диагностика интеллектуальных качеств: 1) аналитико-синтетических качеств («Выявления аналитико-синтетических способностей» Р. Гарднер); 2) уровня развития наблюдательности (тест «Корректурная проба» Б. Бурдон, тест «Кольца Э. Ландольдта», «Таблицы Э. Шульте»).

Диагностика свойств личности юного спортсмена: 1) темперамента (опросник «Темперамент» В.М. Русалов); 2) характера («Патохарактерологический Диагностический Опросник (ПДО) для подростков» Н.Я. Иванов, А.Е. Личко, «Многофакторный опросник Р.Б. Кеттела для подростков»); 3) психомоторных и сенсомоторных способности («Метод массовой оценки моторики у детей и подростков» Н.И. Озерецкий, «Тест ловкости пальцев О'Коннора», «Тест ловкости Стромберга», «Тест ручной ловкости Пурдье», «Миннесотский тест скорости манипулирования»), 4) мотивационной сферы (методика «Изучение мотивов занятия спортом» В.И. Тропников, тест опросник «Мотивация успеха и мотивация боязни неудачи» А. Реан).

Диагностика саморегуляции неблагоприятных внутренних состояний: 1) контрольно-ориентировочной деятельности (Опросник саморегуляции «ДИАСАМ» К.В. Злоказова); 2) идеомоторной подготовки к выполнению упражнения («Устойчивость саморегуляции действий при слежении за движущимся объектом – УСДО» В.И. Моросанова); 3) эмоциональной напряженности (опросник «Оценка нервно-психического напряжения» Т.А. Немчин, оценка уровня тревожности по шкале Ч.Д. Спилбергера); 4) саморегуляции и стрессоустойчивости, (тест «Самооценка стрессоустойчивости» С. Коухена, Г. Виллиансона, методика «Прогноз», «Прогноз – 2» В.Ю. Рыбников); 5) умения определять момент готовности к началу действия «Изучение отношения спортсменов к конкретному соревнованию» Ю.Л. Ханин).

Мероприятия, направленные на воспитание и совершенствования качеств личности, важных для спортсмена – волейболиста.

1. Морально-этическое воспитание: 1) воспитание идейной направленности: метод убеждения (разъяснения, совет, этическая беседа, диспут, личный пример), методы поощрения (одобрение, благодарность, награждения), методы организации положительного нравственного опыта (организация полезной деятельности, приучения, упражнения), методы наказания (отстранение от тренировки, соревнований, замечания, выводы, разбор

поступков в коллективе); 2) развитие способности произвольно управлять поведением в условиях соревнований (субъективизация).

2. Волевая подготовка: воспитание волевых качеств у каждого юного спортсмена – волейболиста (программа «Психологические механизмы волевой регуляции» В.А. Иванников).

3. Развитие и подготовка к преодолению экстремальных ситуаций соревновательного характера: 1) умения быстро овладевать собой в экстремальных условиях (программа «Психологическая подготовка к экстремальным спортивным ситуациям» Т.Н. Султанов); 2) способностей трезво оценивать ситуацию и принимать рациональные решения (теоретическое и практическое решение интеллектуальных задач по методике Е.Н. Гогунова).

4. Развитие интеллектуальных качеств: 1) аналитико-синтетических умений; 2) наблюдательности. Реализуется через разбор соревновательных ситуаций, логическое объяснение выполняемых действий, оценку и анализ выполнения другими спортсменами и собственного выполнения физических упражнений.

5. Обучение приемам саморегуляции неблагоприятных внутренних состояний: 1) самоконтроля за внешними проявлениями эмоциональной напряженности (Гармонизация внутреннего состояния через позитивные образы воображения В.А. Семиченко, формирование состояния спокойствия Т. Йоуменс); 2) приемов произвольного расслабления мышц (техника «Прогрессивная мышечная релаксация» Э. Джекобсон, техника «Активной нервно-мышечной релаксации» Э. Розенфельд), регуляции дыхания (техники дыхания «Класс дыхания» Б. Вранич, метод «ВЛГД» К.П. Бутейко), переключение и концентрация внимания, мыслей, словесной саморегуляции (упражнения В.Л. Леви, К.С. Станиславский).

6. Обучение аутогенной тренировке: 1) знания по аутогенной тренировке; 2) приемы аутогенной тренировки. Реализуется по методу аутогенной тренировки И.Г. Шультца.

7. Обучение способам сохранения и восстановления нервно-психической свежести: 1) приемы словесного самовоздействия; 2) приемы отвлечения и переключения; 3) специальные приемы аутогенной тренировки в сочетании с физическими упражнениями. Проходит по программе «Технологии использования психической саморегуляции» В.Р. Малкин, Л.Н. Рогалева.

8. Обучение индивидуальной длительности сосредоточения перед выполнением упражнения. Определение тренером совместно со спортсменом контрольно-ориентировочных элементов деятельности, составление «модели соревновательного упражнения», практическое использование модели, отработка длительности сосредоточения, совершенствование «чувства готовности». Реализуется по психотехнологии «Психологическая работа с юными спортсменами на разных этапах спортивной карьеры» В.Р. Малкин, Л.Н. Рогалева.

9. Выполнение технико-тактических задач с созданием соответствующей психологической обстановки, а также условий, в которых проявляются волевые качества игрока: 1) ведение «тренировки до отказа»; 2) усложнение условий выполнения игровых действий (например, с

отягощением на поясе); 3) двусторонние игры в разных по численности составах, с гандикапом, по формуле тай-брейка, с различными «премиями» и «штрафами» за неудачные действия, с разными условиями игры для соперников; 4) постановка усложненных тактических задач (игровые упражнения с «запретами» на определенное действие или, наоборот, с бонификацией за определенный нападающий удар, упражнения со сменой игровых функций, когда роль связующего исполняет другой игрок). Реализуется по программе «Психотехнология формирования психической надежности волейболиста» В.Р. Малкин, Л.Н. Рогалева.

Специальная психологическая подготовка, направленная на формирование состояния психической готовности к соревнованию – целостное проявление личности юного спортсмена – волейболиста. Реализуется по программе Психотехнологии в юношеском спорте В.Р. Малкин, Л.Н. Рогалева [5].

Создание трезвой уверенности в своих силах, активного стремления до конца бороться за достижение лучшего результата: 1) сбор и анализ информации об условиях предстоящего соревнования и о противниках; 2) уточнение данных о собственной подготовленности, состоянии и возможностях; 3) определение и формулировка цели; 4) определение значимости соревнования.

Совершенствование способности управлять своими действиями, чувствами и мыслями в соответствии с предлагаемыми условиями соревнования: 1) вероятностное программирование деятельности; 2) специальная подготовка к встрече с неожиданными препятствиями в ходе соревнования; 3) закрепление способов настроить участников перед выполнением соревновательных упражнений. Реализуется через интеллектуальное, экспериментальное представление будущих действий (вариативное), идеомоторная подготовка, моделирование будущих условий соревнования, аутогенная тренировка, выполнение соревновательных упражнений с обязательным использованием настройки по технологии «Выведение спортсмена (команды) на пик психологической формы» В.Р. Малкин, Л.Н. Рогалева.

Создание и сохранение оптимального возбуждения перед соревнованием и в ходе него: 1) ограждение от всевозможного влияния, способного повысить меру значимости участия в соревновании; 2) определение наиболее приемлемых по условиям данного соревнования способов регулирования неблагоприятных внутренних состояний, сохранение нервно-психической свежести; 3) определение целесообразных форм, времени и места секундирования. Проводится по «Принципу регуляции психического напряжения как фактор выведения спортсмена на пик психической готовности» В.Р. Малкин, Л.Н. Рогалева.

Восстановление психического состояния после соревнования: 1) восстановление психического состояния после однократного (день соревнования) участия в соревновании; 2) восстановление психического состояния после соревнования. Реализуется с помощью «Использование психоформирующей тренировки для снятия утомления» В.Р. Малкин, Л.Н. Рогалева.

Таким образом представленный нами комплекс психолого-педагогических мероприятий, направленный на психологическую подготовку и воспитание

юных спортсменов – волейболистов, способствует повышению психического тонуса, формированию установок на активную интеллектуальную и моторную деятельность юного спортсмена, воспитанию волевых, морально-эстетических свойств и стрессоустойчивых качеств личности. Дает возможным говорить о «психологизации» основных средств спортивной подготовки юных волейболистов (физической, технической, тактической, психологической) посредством конкретных методических приемов и их использование с целью воздействия на психику спортсмена.

Список использованной литературы:

1. Ахметжанов Т.А. Факторы, определяющие эффективность деятельности волейболистов в процессе игры: автореф. дис. канд. пед. наук / Т.А. Ахметжанов. – М., 1988. – 23 с.
2. Агеев В.С. Тип объяснения причин неудачи и эффективность спортивной деятельности / В.С. Агеев, Т.Ф. Дубова, Ю.Я. Рыжонкин // Вестник МГУ, серия 14. – Психология, 1987. – № 3. – С. 43-49.
3. Малкин В.Р. Психологические методы подготовки спортсменов: учеб. пособие для вузов / В.Р. Малкин, Л.Н. Рогалева; под науч. ред. В.Н. Люберцева. – Екатеринбург: Урал. ун-та, 2019. – 96 с.
4. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов. Хрестоматия по психологии / Сост. и общая редакция И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002. – 384 с.
5. Малкин В.Р. Психотехнологии в спорте: учеб. пособие / В.Р. Малкин, Л.Н. Рогалева; науч. ред. В.Н. Люберцев. – Екатеринбург: Урал. ун-та, 2013. – 96 с.

УДК 37.017.7

ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВЫГОРАНИЕ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ВУЗОВ

Грязнов Сергей Александрович, Самарский юридический институт ФСИН России, г. Самара, E-mail: sagryaznov@yandex.ru

Аннотация. *В основе профессионального выгорания лежит вынужденная мера сотрудника заботиться о других – в преподавательской практике это касается студентов. В работе преподавателей профессиональное выгорание, как фактор трудной психологической работы с людьми, неизбежно. Оно возникает у человека по разным причинам, которые пересекаются между собой. Явление такого психологического процесса является актуальным уже много десятков лет, это связано с ростом числа людей на планете и числа контактов каждого человека с окружающим миром.*

В данной статье проведен анализ причин профессионального выгорания и способов борьбы с ними.

Abstract. *At the heart of professional burnout is the employee's forced measure to take care of others – in teaching practice, this applies to students. In the work of teachers, professional burnout, as a factor of difficult psychological work with people, is inevitable. It occurs in a person for various reasons that intersect with each other. The phenomenon of such a psychological process has been relevant for many decades, this is due to the growing number of people on the planet and the number of contacts of each person with the outside world.*

This article analyzes the causes of professional burnout and ways to combat them.

Ключевые слова: *профессиональное выгорание, преподаватель, ВУЗ, методы психологической разрядки.*

Key words: *professional burnout, teacher, university, methods of psychological discharge.*

По определениям ученых, профессиональное выгорание – это продолжительная стрессовая реакция, которая возникает при наличии стрессовой работы, работы «человек – человек». Его появление зависит от таких факторов, как интенсивный труд, стресс на работе, психологическая усталость. Принято считать, что профессиональное выгорание преподавателей ВУЗОв случается в среднем один раз на пять лет, в следствии накапливания негативных эмоций на работе и подавления эмоций. Без применения нужной «разрядки» предотвратить его очень трудно.

Состояние профессионального выгорания рано или поздно настигает тех, кто ежедневно работает с людьми (учителя, преподаватели, соц. работники, врачи, журналисты и многие другие, чья работа невозможна без общения). Первая исследовательская работа этого явления представлена исследовательницей Кристиной Маслач в книге «Эмоциональное сгорание – плата за сочувствие», где определяется понятие выгорания как механизм

психологической защиты, выработанный личностью в форме полного или частичного исключение эмоций в ответ на психотравмирующие воздействие [1]. С одной стороны, это помогает преподавателям ВУЗов экономить энергию, с другой – профессиональное выгорание негативно сказывается на рабочем процессе и отношениях с студентами.

Рекомендации при профессиональном выгорании:

1. Не стоит скрывать чувства, находите способ проявлять свои эмоции;
2. Не избегайте обсуждения проблемных ситуации;
3. Не отказывайтесь от помощи или шансов поговорить из-за стеснения или неуверенности;
4. Не откладывайте решения на потом, профессиональное выгорание не проходит само по себе, а нуждается в терапии;
5. Выделяйте время для полноценного сна и отдыха;
6. Не скрывайте желания, проявляйте их прямо и ясно для других;
7. Придерживайтесь распорядка дня, насколько это возможно.
8. Профессиональное выгорание всегда наступает из-за эмоционального выгорания. Чтобы избежать его, необходимо восстанавливать эмоционально-психологический баланс. Приведем несколько советов, как его достичь:
9. Контроль эмоций. Необходимо контролировать проявление эмоций, в особенности на работе;
10. Давать отдых работе, периодически переходить на другой род деятельности (физ. занятия, работа в саду или по дому);
11. Разнообразить спектр деятельности (спорт, книги), уйти от ежедневной рутины – это частая причина профессионального выгорания;
12. Сохранять или восстановить активную позицию (развеяться, сходить в гости или поехать в путешествие) [2].

Эти техники действуют не только для нейтрализации профессионального выгорания в целом, но и для его профилактики.

Частое такое негативное эмоциональное состояние преподавателя влияет не только на его самочувствие, но и на эффективность обучения, повышает конфликтность и способствует ухудшению профессиональных качеств в целом. Поэтому очень важно знать закономерности саморегулирования эмоций в педагогической профессии, уметь ими управлять и справляться с состоянием выгорания.

По мнения опытных преподавателей, управление собственными эмоциями – это одно из главных качеств в профессии. Повышение голоса на студентов, стуки по столу, жалобы или заниженные оценки – это все проявление беспомощности и психологической невооруженности преподавателя. Очень часто от этого страдают молодые специалисты. По статистике, 50% преподавателей ВУЗов испытывают трудность с саморегуляцией своего эмоционального состояния [3].

Можем выделить несколько видов ситуаций в преподавательской деятельности, которые требуют саморегулирования. К ним относятся ситуации, которые могут возникнуть в ходе занятия (во время объяснения материала, вопросах, трудном усвоение от студентов и т. д.); ситуации, возникающие из недопониманий с учащимся (конфликтные ситуации).

Исходя из вышеупомянутых ситуаций, выделяют четыре типа динамики состояния на занятии, это касается как учителей, так и преподавателей ВУЗов. Приведем графический пример, где Н – начало урока, С – середина урока, К – конец урока, «+» – положительные эмоциональные состояния, «-» – отрицательно окрашенные состояния (рис. 1).

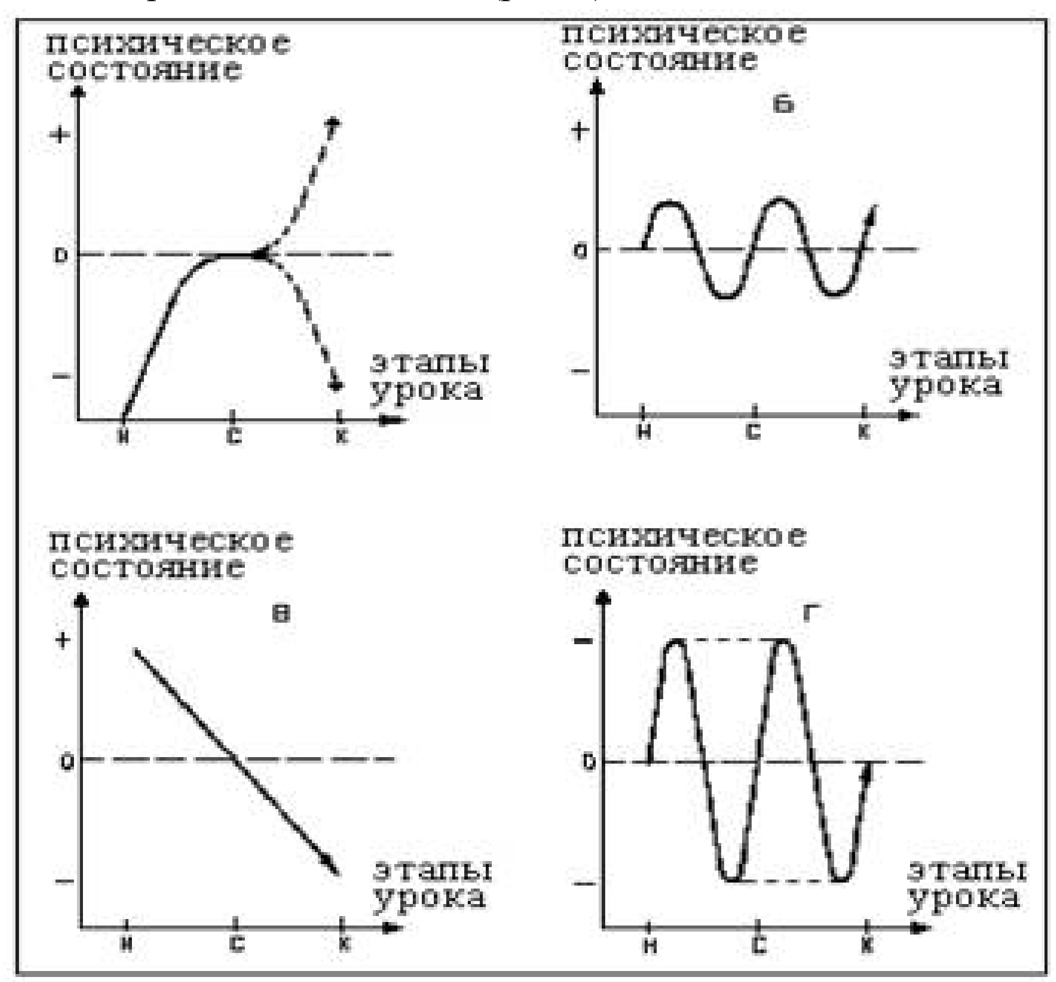


Рис. 1 Интенсивность перемены психического состояния преподавателя во время занятия

Первый тип динамики отражает состояние в начале урока – это тревога, переживания, волнения. В середине отмечается спокойствие и адаптация под занятие, уравновешенность. На конец занятия положительно окрашенное состояние или неудовлетворенность (в зависимости от успешности преподавания материала). Для контроля состояния эффективно использовать приемы логики, самоубеждения и размышления.

Второй динамический тип показывает спокойствие и уравновешенность на протяжении всего занятия с незначительными условными колебаниями.

Третий тип динамики отражает высокую интенсивность положительных эмоциональных состояний (творческий подъем) в начале урока и постепенное выгорание к его окончанию. Наиболее эффективными приемами для саморегуляции при таком типе динамики являются расслабление, самовнушение, переключение внимания и рационализация.

Четвертый тип – состояние от уравновешенности в начале и резкие колебания от положительных эмоций до негативных и обратно. Эффективным методом саморегуляции будет использование способов переключения внимания – самоприказы, аутогенные тренировки, сохранение самоконтроля, положительные образы [4].

Важно понимать, что необходимость в саморегуляции возникает не только при общении со студентами, но и с коллегами или начальством. Хорошим способом предотвращение эмоционального выгорания в преподавательской деятельности являются дыхательная гимнастика и комплекс физических упражнений, как разрядка перед или после занятий. Переключение внимания, самовнушение спокойствия, выдержка, подавление раздражительности и самоуспокоение – лучшие приемы в саморегуляции эмоционального состояния, это способствует предотвращению профессионального выгорания преподавателей.

Список использованной литературы:

1. Чебыкин А.Я. Проблема эмоциональной регуляции в педагогической деятельности / А.Я. Чебыкин // Эмоциональная регуляция учебной деятельности. – М., 2010. – С. 3-7.

2. Чебыкин А.Я. Учитель и эмоциональная регуляция учебно-познавательной деятельности школьников / А.Я. Чебыкин // Вопр. психол. – 2016. – № 18. – С. 42-49.

3. Хохлов С.И. Педагогическая техника и психорегуляция в учебном процессе / С.И. Хохлов, О.В. Лосавио // Педагогика. – 2009. – № 11. – С. 47-50.

УДК 159.9:37

СТРУКТУРА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ ВЫПУСКНИКА К ГОСУДАРСТВЕННОЙ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

Ревуцкая Ирина Викторовна,
Донецкий национальный университет, г. Донецк

E-mail: *irina.revutskaja@yandex.ua*

Простак Анастасия Святославовна,
Донецкий национальный университет, г. Донецк

E-mail: *prostaknastia@yandex.com*

Аннотация. *В данной работе рассматриваются взгляды психологов на понятие «психологическая готовность», анализируется понятие и компоненты психологической готовности выпускников к государственной итоговой аттестации. Проводится анализ современных психологических исследований компонентов психологической готовности к ГИА, на основании которых структурно представлена психологическая готовность выпускника к государственной итоговой аттестации.*

Abstract. *This paper discusses the views of psychologists on the concept of "psychological readiness", analyzes the concept and components of the psychological readiness of graduates for the state final certification. An analysis is made of modern psychological studies of the components of psychological readiness for the GIA, on the basis of which the psychological readiness of a graduate for the state final certification is structurally represented.*

Ключевые слова: *психологическая готовность, государственная итоговая аттестация, выпускник, экзамены.*

Key words: *psychological readiness, state final certification, graduate, exams.*

В современной системе образования, государственная итоговая аттестация является неотъемлемой частью контроля знаний, обучающихся 9-11 классов по образовательным программам среднего общего образования. Каждый год в Донецкой Народной Республике трудности во время сдачи экзаменов возрастают, так как школьная программа совершенствуется, а экзаменационные задания увеличиваются. Унифицированная форма проведения экзамена в виде тестов несет дополнительную психологическую нагрузку и требует формирования принципиально новых подходов к повышению результативности, которая возможна при психолого-педагогическом сопровождении учеников.

Необходимо отметить, что в ситуации экзамена важна не только содержательная предметная подготовленность к итоговой аттестации, но и психологическая готовность выпускников, что, по мнению таких ученых как: И.А. Артасов, Н.А. Бочева, И.И. Калина, И.Я. Кузьминов, А.Ю. Лихачевой, Е.В. Хотеевой, А.В. Хуторской, М.Ю. Чибисова, является одним из главных

критериев успешной сдачи экзаменов, поскольку, выпускные экзамены, как таковые, могут вызывать тревожность, неуверенность, нервные срывы у старшеклассников.

Проблема психологической готовности к экзаменационным испытаниям рассматривается, прежде всего, через трактовку понятия «готовность» в психологии, которое давно вошло в обиход психологического знания и часто используется в различной психологической литературе.

Многими авторами «психологическая готовность» трактуется по-разному, так М.И. Дьяченко и Л.А. Кандыбович считают, что это устойчивая характеристика личности, которая заключает в себя взгляды, убеждения, интеллектуальные качества, знания, умения, установки и состоит из таких компонентов, как: мотивационный, ориентационный, операционный, волевой и оценочный [1]. Н.Д. Левитов говорит, что это состояние, которое зависит от индивидуальных особенностей личности, типа высшей нервной деятельности и условий, в которых протекает деятельность, подчеркивая связь психического состояния с психическими процессами и индивидуальными особенностями личности [2]. И.А. Зимней, «психологическая готовность», трактуется как адекватная установка, мотивация и мобилизация психических ресурсов для предстоящей деятельности, выделяя в её структуре мотивационный, познавательный, эмоциональный и волевой компоненты [3]. В.Д. Шадриков обозначает, что это сложный целостный процесс личности, который характеризуется: твердой уверенностью человека в своих силах; попыткой активно, с полной отдачей сил бороться до конца за достижение определенной цели; оптимальным уровнем эмоционального возбуждения; высокой степенью психической стойкости к многообразным и значимым, негативно действующим внешним и внутренним факторам; способностью произвольно руководить своими действиями, чувствами, поведением в условиях деятельности [4]. Е.П. Ильин говорит о психологической готовности, как оптимальном и длительном рабочем состоянии, быстрой врабатываемости и восстановлении сил, адекватной реакции на внешние воздействия, слаженности в работе всех систем (ритмичность, синхронность), готовности бороться с любыми трудностями во время предстоящей деятельности [5].

Следовательно, «психологическая готовность», это качество личности, способствующее процессу мобилизации и актуализации внутренних ресурсов человека на выполнение определенной деятельности, позволяющее целенаправленно использовать свою грамотность и компетентность в решении конкретных деятельностных задач, сохранять самоконтроль собственных текущих психических процессов и компонентов деятельности на протяжении необходимого времени, структурировать деятельность и перестраивать ее в соответствии с постоянно меняющимися условиями этой деятельности.

Психологическая готовность к государственной итоговой аттестации, по мнению М.Ю. Чибисовой, это сформированность у выпускника всех психических процессов, личностных и поведенческих навыков, которые позволят успешно сдать экзамен. Она выделяет три группы трудностей, которые могут возникнуть в ситуации несформированной психологической готовности, это: когнитивные, личностные и процессуальные [6].

Когнитивная готовность включают в себя не только знания, которые выпускник получил на протяжении всей учебы, но и его умение пользоваться и работать с информацией. При подготовке к экзамену необходимо внимательно изучить, проанализировать и проработать предмет обучения. Главными компонентами когнитивной готовности М.Ю. Чибисова считает внимание, логику и память. Трудности могут возникнуть, если у школьника недостаточно знаний по тому или иному предмету, неумение систематизировать и анализировать информацию.

Личностной готовностью является сформированность личностного самоопределения и уровень личностной тревожности. Высокий уровень тревожности может помешать выпускнику успешно сдать экзамены. Тревожность может быть вызвана недостаточностью знаний по предмету, а также отсутствием информации о процедуре проведения итоговой государственной аттестации, что в свою очередь может повлиять на формирование низкой самооценки.

Процессуальная готовность включают знакомство с процедурой прохождения экзамена. То, как правильно заполнять бланки, какие задания могут присутствовать на экзамене, сколько времени дается на решение всех заданий, правила проведения экзамена и т.п. Отсутствие этих знаний может привести к увеличению тревожности у выпускника, что увеличивает вероятность появления ошибок при выполнении заданий [6].

А.Ю. Лихачева говорит о том, что психологическая готовность к государственной итоговой аттестации – это эмоциональный настрой на определенное поведение, ориентированность на целесообразные действия, а также актуализация и установка личности на успех своих действий во время экзамена [7].

Н.А. Бочевой и Е.В. Хотеева, на основании проведенных теоретических и прикладных исследований разработали «Трехчастную модель психологической готовности к государственному итоговому экзамену». В структуру модели входит 3 компонента: поведенческий, когнитивный и эмоциональный.

Поведенческий компонент включает знание и понимание особенностей проведения экзамена, знакомство с процедурой, навык работы с тестовыми материалами. Эмоциональный компонент заключает в себя личностные особенности выпускника, его эмоциональное отношение к экзамену и эмоциональное состояние на самом экзамене. Когнитивный компонент определяется объем и упорядоченностью знаний выпускника, а также особенностями памяти, мышления и внимания [8].

С.А. Гопанова и А.Н. Романова, говорят о том, что психологическая готовность включает в себя такие компоненты как: информационный, содержательный и психологический. Информационный компонент включает в себя информацию о правилах на экзамене. Содержательный или его еще называют предметный компонент, заключается в готовности решать/отвечать на задания по предмету. Психологическим компонентом является внутренний эмоциональный настрой [9].

О. Чуча, в результате экспериментального исследования выделила также три компонента психологической готовности. Первый – познавательный: логика

и умение работать с различного рода информацией. Второй – личностный, представлен как интроверсия, организованность и эмоциональная стабильность. Третий – процессуальный: знания о процедуре прохождения экзамена [10].

На основании рассмотренных исследований о психологической готовности к ГИА, представим общую структуру готовности выпускников к государственной итоговой аттестации, табл. 1.

Таблица 1

Структура психологической готовности выпускника к государственной итоговой аттестации

Виды психологической готовность	Компоненты психологической готовность	Характеристика психологической готовность
Предметная	Когнитивный	Внимание, память, логичность мышления.
	Познавательный	Интеллектуальные качества, знания. Умение пользоваться и работать с информацией.
Психологическая	Личностный	Личностное самоопределения, личностная тревожность, установки, мотивация, волевые компоненты, целеустремленность, тип высшей нервной деятельности, интроверсия.
	Эмоциональный	Эмоциональное отношение к экзамену и эмоциональное состояние на самом экзамене. Оптимальный уровень эмоционального возбуждения. Психическая стойкость к внешним и внутренним раздражителям.
Процессуальная	Информационный	Знания о процедуре прохождения экзамена: правил заполнения бланков, количества заданий, времени, отведенного на решение всех заданий, правил проведения экзамена.
	Поведенческий	Навыки работы с тестовыми материалами.

В структуре психологической готовности выпускника к государственной итоговой аттестации представлены три вида, пять компонентов, а также характеристики психологической готовности.

Предметная готовность включает два компонента: когнитивный, который имеет такие характеристики: внимание, память, логичность мышления; познавательный, характеризуется: интеллектуальными качествами, знаниями, умением пользоваться и работать с информацией.

Психологическая готовность состоит также из двух компонентов: личностного (личностное самоопределения, личностная тревожность, установки, мотивация, волевые компоненты, целеустремленность, тип высшей нервной деятельности, интроверсия) и эмоционального (эмоциональное

отношение к экзамену и эмоциональное состояние на самом экзамене, оптимальный уровень эмоционального возбуждения, психическая стойкость к внешним и внутренним раздражителям).

Процессуальная готовность включает информационный компонент, который характеризуется знаниями о процедуре прохождения экзамена, правил заполнения бланков, количества заданий, времени, отведенного на решение всех заданий, правил проведения экзамена и поведенческий компонент (навыки работы с тестовыми материалами).

Таким образом, нами рассмотрены взгляды психологов на понятие «психологическая готовность» на основании чего сделано заключение, что психологическая готовность – это качество личности, способствующее процессу мобилизации и актуализации внутренних ресурсов человека на выполнение определенной деятельности, позволяющее целенаправленно использовать свою грамотность и компетентность в решении конкретных деятельностных задач, сохранять самоконтроль собственных текущих психических процессов и компонентов деятельности на протяжении необходимого времени, структурировать деятельность и перестраивать ее в соответствии с постоянно меняющимися условиями этой деятельности.

Проанализировано понятие и компоненты психологической готовности выпускников к государственной итоговой аттестации. На основании анализа современных психологических исследований предложена структура психологической готовности выпускника к государственной итоговой аттестации, которая состоит их трех видов готовности: предметной, психологической и процессуальной; шести компонентов: когнитивного, познавательного, личностного, эмоционального, информационного и поведенческого; описаны характеристики психологической готовности в зависимости от представленных компонентов.

Список использованной литературы:

1. Дьяченко М.И. Готовность к деятельности в напряженных ситуациях: психологический аспект / М.И. Дьяченко, Л.А. Кандыбович, В.А. Пономаренко. Минск: Университет, 1985. – 206 с.

2. Левитов Н.Д. О психических состояниях человека / Н.Д. Левитов. – М.: Просвещение, 1964. – 424 с.

3. Зимняя И.А. Педагогическая психология / И.А. Зимняя. – Ростов-на-Дону: Феникс, 1997. – 480 с.

4. Шадриков В.Д. Мотивация деятельности в процессе производственного обучения. Психология производственного обучения / В.Д. Шадриков. Ярославль: ЯрГУ, 1974. – 144 с.

5. Ильин Е.П. Психология воли / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2009. – 325 с.

6. Чибисова М.Ю. Психологическая подготовка к ЕГЭ. Работа с учащимися, педагогами, родителями / М.Ю. Чибисова. – М.: Генезис, 2009. – 184 с.

7. Лихачева А.Ю. Психологическая готовность старшеклассников к сдаче единого государственного экзамена / А.Ю. Лихачева // Психологический журнал. – 2016. – № 42. – С. 121-126.

8. Бочева Н.А. Психологическая подготовка учащихся к ЕГЭ / Н.А. Бочева, Е.В. Хотеева // Наука, образование, общество. – 2015. – № 1. – С. 194-201.

9. Гапонова С.А. Психологические факторы, влияющие на успешность сдачи выпускниками школ итоговых экзаменов в формате ЕГЭ / С.А. Гапонова, А.Н. Романова // Вестник университета. – 2012. – № 1. – С. 120-123.

10. Чуча О. Психологическая готовность к ЕГЭ старших подростков / О. Чуча. ЦТР «Гуманитарные технологии», 2011 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://100-bal.ru/psihologiya/18500index.html

УДК 378.1

ФОРМИРОВАНИЕ ЭКОНОМИЧЕСКИХ КОМПЕТЕНЦИЙ КУРСАНТОВ ВЕДОМСТВЕННЫХ ВУЗОВ ПЕНИТЕНЦИАРНОЙ СИСТЕМЫ В УСЛОВИЯХ РЕАЛИЗАЦИИ НОВЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ СТАНДАРТОВ

Улендеева Наталия Ивановна, Самарский юридический институт ФСИН России, г. Самара, E-mail: nulendeeva@mail.ru

Аннотация. *В статье анализируется процесс обучения курсантов образовательной программе учебной дисциплины Экономика; обосновывается необходимость формирования экономических знаний при подготовке профессиональных сотрудников среднего и высшего звена пенитенциарной системы как способности личности рационально рассчитывать ресурсы для обеспечения качественных управленческих решений.*

Abstract. *The article analyzes the process of training cadets in the educational program of the discipline Economics; substantiates the need for the formation of economic knowledge in the training of professional employees of the middle and upper levels of the penitentiary system as the ability of a person to rationally calculate resources to ensure quality management decisions.*

Ключевые слова: *профессиональное образование, курсант, образовательная организация, экономические знания, управленческое решение.*

Key words: *professional education, cadet, educational organization, economic knowledge, management decision.*

Современное развитие прецессионной подготовки курсантов ведомственных вузов пенитенциарной системы с сентября 2021 года осуществляется в рамках требований к формированию образовательных результатов Федерального государственного стандарта третьего поколения (ФГОС 3++). Отличие рассматриваемых образовательных стандартов от предыдущего поколения не только в формировании целостного понимания организации процессе обучения на этапе высшего образования, но и изменение требований к формированию образовательных результатов, которые стали рассматриваться как единый междисциплинарный комплекс способностей и готовностей будущих сотрудников для выполнения профессиональной деятельности.

Для подготовки специалиста высшего образования по всем направлениям профессиональной деятельности в уголовно-исполнительной системе (УИС) в Примерных основных образовательных программах (ООП) по специальностям и направлениям подготовки выделены требования к планируемым результатам освоения ООП, обеспечиваемым дисциплинами (модулями) и практиками обязательной части как сформированные Универсальные компетенции (УК), Общепрофессиональные компетенции (ОПК) и Профессиональные компетенции выпускников и индикаторы их достижений. Изменение требований продиктовано разработкой новой парадигмы образования, отвечающей современным вызовам подготовки специалистов, организующих свою

профессиональную деятельность в условиях быстро меняющихся экономических факторов существования общества.

Пенитенциарная система как часть общей социальной системы требует специалистов, умеющих не только организационно-эффективно запланировать и выполнить служебную задачу, но и грамотно планировать необходимые ресурсы, в том числе экономические, которые являются зачастую решающими в достижении поставленных целей, быть готовыми к реализации социально-психологических компонентов управления подчиненными при организации управленческих решений и работы над выполнением проектов. Поэтому на современном этапе развития профессионального образования курсантов ведомственных вузов ФСИН России повышаются требования к экономической подготовке.

Формирование экономических компетенций курсантов в период вузовского образования обеспечивается изучением материалов учебных дисциплин: «Экономика», «Управление проектами», «Финансовое право», «Предпринимательское право» и другими.

Выделим подробнее для рассмотрения требования к планируемым результатам обучения по дисциплине «Экономика».

Дисциплина «Экономика» в ведомственных вузах ФСИН России изучается курсантами на 1 курсе и базируется на знаниях, полученных при изучении программы среднего общего образования.

До начала изучения дисциплины «Экономика» обучающиеся должны:

– **знать:** понятие экономики как сферы деятельности с теоретико-правовой точки зрения; историю развития экономических институтов и отношений, в том числе отношений собственности; содержание и набор инструментов текстового процессора MS Word и табличного процессора MS Excel;

– **уметь:** соотносить экономические явления, процессы и институты с определёнными историческими периодами; давать определение или характеристику понятий, определять истинность или ложность суждений; составлять таблицы и схемы, строить графики;

– **владеть:** приёмами составления простых схем, построения графиков; навыками элементарных математических расчётов.

При обучении экономике в ведомственном вузе у курсантов формируется способность к принятию обоснованного экономического решения в различных областях жизнедеятельности, который осуществляет будущий сотрудник УИС (универсальная компетенция УК-10). Согласно представленному требованию выделяются индикаторы заявленной компетенции:

– готовность к пониманию базовых принципов функционирования экономики и экономического развития, целей и форм участия государства в экономике (УК-10.1);

– способность применять методы личного экономического и финансового планирования для достижения текущих и долгосрочных финансовых целей, использование финансовых инструментов для управления личными финансами (личным бюджетом), контроль собственных экономических и финансовых рисков (УК-10.2).

Анализ выделенных индикаторов компетенций позволил сформулировать авторское понимание содержания компонентов сформированности рассматриваемой компетенции УК-10:

1. Знаниевый компонент: знание основных понятий экономики; базовых принципов функционирования экономики и экономического развития; процессов взаимосвязи экономики и права; основных методов и приемов личного экономического и финансового планирования для достижения текущих и долгосрочных финансовых целей.

2. Деятельностный компонент: умения ориентироваться в социально-экономических процессах, использовать принципы, законы и методы экономических наук для решения социальных и профессиональных задач;

3. Функциональный компонент: умения использовать различные финансовые инструменты для управления личными финансами (личным бюджетом).

4. Рефлексивный компонент: умения и навыки анализа социально и профессионально значимых проблем, процессов и явлений с использованием знаний экономических наук; контроль собственных экономических и финансовых рисков.

Таким образом, можно считать, что выделенные требования к формированию экономических знаний курсантов на этапе вузовского образования и целенаправленный процесс их применения при изучении дисциплин «Управление проектами», «Финансовое право», «Предпринимательское право», «Гражданское право», «Обеспечение деятельности исправительных учреждений», «Организация трудовой адаптации осужденных» позволит в дальнейшем развить качественные навыки по применению экономических знаний сотрудниками старшего и высшего звена при разработке и принятию эффективных управленческих решений.

Список использованной литературы:

1. Ильясов И.И. Структура процесса учения. – М.: Уч.-изд. Издательство Московского университета, 1986. – 151 с.

2. Ишков А.Д. Учебная деятельность студента: психологические факторы успешности: монография. – М.: Издательство АСВ, 2004. – 224 с.

3. Арсентьева М.В. Психологические факторы успешного обучения студентов в вузе // Известия ТулГУ. Технические науки. – 2012. – № 11. – Ч. 2. – С. 214-221.

УДК 5527

ЗАНЯТИЯ ONLINE СТУДЕНТОВ РЕЖИССЕРСКОГО ОТДЕЛЕНИЯ

Курмашева Жанана Абдугаппаровна,
Казахская национальная академия
искусств им. Т.К. Жургенова,
г. Алматы, Казахстан

E-mail: ajumai@mail.ru

Аннотация. *В статье анализируется опыт преподавателя, профессионального кинорежиссера, работы в онлайн-формате со студентами режиссерского отделения. Дистанционный формат показал, насколько различается результат обучения в группах студентов от 1-го до выпускного курса. Основным выводом статьи является необходимость самостоятельной работы режиссера и возможность реализации творческих потребностей в формате онлайн обучения.*

Abstract. *The article analyzes the experience of a teacher, a professional film director, working in an online format with students of the directing department. The distance format showed how different the result of learning in groups of students from the 1st to the graduation year. The main conclusion of the article is the need for independent work of the director and the possibility of realizing creative needs in the format of online learning.*

Ключевые слова: *онлайн-формат, фильм, концентрация внимания, практическое задание, самостоятельная работа.*

Key words: *online format, film, concentration of attention, practical task, independent work.*

Режиссура кино – профессия, которой мы обучались на практике в аудиториях и павильонах, напрямую контактируя со своими Мастерами, и никто из нас не думал, что будет по-другому. Но пандемия заточила нас по домам и квартирам и заставила подстраиваться под новые реалии – учить студентов, глядя в экран компьютера… В течение двух лет режиссеры 1-5 курсов факультета «Кино и ТВ» занимались онлайн, при этом в каждой из групп преподавателями был освоен своеобразный опыт контакта со студентами посредством экрана.

В марте 2020 года 5-й, выпускной курс, был застигнут врасплох: нужно было срочно доснимать дипломные фильмы, а выходить во внешний мир нельзя, собираться в группы и контактировать с людьми – запрещено. Это было неожиданно и даже страшно, но студенты искали и находили выход из ситуации: кто-то снимал, нарушая городские запреты, кто-то снимал у себя в ауле, где не было проверок, кто-то придумывал и снимал затейливые истории у себя дома, а кто-то выбрал путь наименьшего сопротивления и принял предложение факультета защищаться курсовым фильмом. Локдаун застал врасплох даже тех выпускников, которые уже успели снять дипломный фильм, и им оставалось его

только смонтировать, но и монтаж требовал выхода из дома… Однако эта сложная ситуация ясно дала нам, преподавателям, представление о наших студентах-режиссерах – они способны выйти из любой ситуации и обладают достаточным творческим потенциалом и профессиональными навыками, чтобы снять свой фильм вопреки обстоятельствам. «Вот, наверное, самый ценный совет, который я могу дать тем, кто собирается заниматься кино: не ждите, пока система профинансирует ваши проекты, не давайте другим распоряжаться вашей судьбой» [1], – говорит известный во всем мире режиссер Вернер Херцог, который начинал свой путь, также не имея ничего. Студентам удалось «обойти систему», преодолеть создавшиеся условия и завершить свои фильмы.

Надо отметить, что в офлайн-формате жалоб на отсутствие средств и возможностей было, как ни странно, гораздо больше, а в онлайн студенты поняли, что жалобы бесполезны, и единственное, на что можно полагаться – это на свое воображение и стремление снять свой фильм. Таким образом, формат онлайн обучения стал лакмусовой бумажкой, выявившей среди студентов действительно готовых к сложной режиссерской профессии. Режиссера определяет характер: есть те, кто, желая отснять все идеально, так никогда и не приступил к съемкам, и есть, кто несмотря ни на что, снимает, выкладываясь на сто процентов.

4-му курсу онлайн-формат дал то, чего так не хватало прежде, – свободу самовыражения. Практически каждый студент воспользовался этим и сделал действительно интересное выступление в рамках рабочего питчинга, когда каждый самостоятельно работал над своей презентацией, над своим проектом. Студентам нравилось обсуждение и погружение в тему будущих фильмов, им была важна эта возможность анализа и выбора наилучшего решения проблемы.

2-й и 3-й курсы режиссеров, которые до того учились офлайн, в онлайн перешли безболезненно. Для них дистанционное обучение стало хорошей возможностью подумать о том, чего в действительности они хотят от режиссуры. Некоторые студенты вдруг поняли, что режиссерами быть не хотят, они вдруг осознали, что все это время находились в потоке неких общих желаний и стремлений: смотрели то, что смотрели все, читали то, что читали все и снимали так, как от них того требовали. И когда они остались наедине с собой, влияние группы стало менее концентрированным и каждый смог прислушаться к себе. Экран каждого студента сделал индивидуальностью, и стали проявляться голоса тех, кто обычно на занятиях офлайн скрывался за спинами более активных студентов. В онлайн каждому студенту уделялось равное количество времени. Можно ли утверждать, что экран сделал сильных и слабых студентов равными? Безусловно. Дистанционный формат заставляет задуматься о продолжительности своего выступления, студент начинает чувствовать и понимать, что есть и другие, кому нужно высказаться условиях ограниченного экранного времени. И, конечно, каждый ощущает, когда красочность речи угасает, и внимание участников онлайн-конференции пропадает.

Концентрация внимания – еще одна важная составляющая онлайн-формата. С одной стороны, преподавателям стало сложнее удерживать внимание на теме занятия, поскольку порой студенты отвлекаются на членов своей семьи, случайно зашедших в комнату, или отключают камеру и микрофон, потому что так удобнее, и лектор не знает, слушают ли его в данный момент. Однако при

правильном подходе и интересной подаче материала, студенты буквально поглощают информацию, и это наиболее ценно в онлайн, когда через экран студент вовлекается в обсуждение, и оно становится живым, бурным, настоящим. В такие моменты появляется ощущение полного отсутствия преграды – экран становятся формальностью, которую люди легко преодолевают. Вполне возможно, что концентрация внимания в онлайн-формате возникает по причине недостатка живого общения и отсутствия интересных дискуссий в обыденной жизни студента.

Студенты приятно удивили старательностью в выполнении практических заданий, они воспользовались своими преимуществами онлайн-формата – большим количеством времени, тогда как в офлайн-формате часто задания выполняли на скорую руку за день до сдачи. Студенты работали над заданиями тщательно и вдумчиво, стараясь передать заложенный в них смысл. В каждой презентации или видеоработе ощущалось потраченное студентами время на изучение темы и погружение в нее. Это был интересный процесс со значительной долей самообразования и самостоятельного изучения тематики.

2-й и 3-й курсы использовали открывшиеся им возможности: смотреть и обсуждать огромное количество фильмов и экспериментировать с отснятым кем-то материалом, бесконечно делиться впечатлениями о незамеченных ранее символами и метафорами. Удивительно, но в формате онлайн даже практические занятия имели свои плюсы. Кажется, никогда прежде студенты не выполняли такого количества практических занятий, как при дистанционном обучении. Каждую неделю студенты присылали все новые и новые работы, они работали с большим количеством материала из интернета. Надо отметить, что выборка нужных кадров для режиссерского замысла из чужого материала – отдельный вид работы, требующий не только много времени на просмотр, но и способности мыслить аналитически, подбирать и сочетать по смыслу то, что изначально не было задумано как совместное. «Вы в любом случае будете перемещать изображения и создавать новые сочетания, генерирующие ассоциации. Продолжайте, и у вас появятся новые идеи», – пишет Стивен Кац, советуя начинающим режиссерам заниматься постоянным поиском [2]. Возможность поэкспериментировать захватила студентов, и из этого опыта было вынесено очень много интересных работ. Факт, что и преподаватели кинофакультета никогда прежде не были настолько изощренными в придумывании практических заданий для студентов. Таким образом, ограниченные условия всем дали новый импульс для творчества.

Сложнее всего было 1-му курсу, поскольку в формате онлайн они приступили к обучению, не увидев вживую ни преподавателей, ни само учебное заведение. И, конечно, первокурсники были растеряны, они не представляли себе, как на самом деле обучаются режиссеры. В офлайн режиме студенты быстрее осваиваются и привыкают к будущей профессии, поскольку работают вместе, внутри группы во всех показах, одновременно обсуждая происходящее. Одно дело смотреть фильмы с единомышленниками в располагающей к мыслительному процессу обстановке, и другое – в одиночестве в нерегулируемое расписанием время суток. Однако первокурсники проявили себя как находчивые и инициативные студенты, и жалоб на отсутствие технических возможностей при выполнении заданий практически не было. Они снимали и

монтировали на телефонах, и вот эта близость со смартфоном – отличительная черта данного поколения студентов.

На занятиях стали подниматься вопросы мобильной съемки, фильмов формата скринлайф, вертикальной съемки. Обучающиеся, делая маленькие исследования, узнали, что эти методы применяют даже режиссеры полнометражных фильмов. Эта информация изменила их мышление и отношение к кинопроцессу, они увидели новые возможности, что нет ограничений на пути развития сферы кино. «Мы живем в удивительном мире в удивительное время. В мире, где почти не осталось границ и нет ничего, что препятствовало бы самовыражению и творчеству. В этом есть свои плюсы и минусы. Плюсы – каждый может создать что угодно и когда угодно. Все, что требуется, – это навыки, которые можно получить, не выходя из дома: онлайн-курсы, соцсети, любые мировые библиотеки, любые музеи, личный опыт миллионов людей, которые делятся своими знаниями, навыками, лайфхаками, – теперь это богатство доступно нам в любое время и с любого девайса» [3]. Студенты ощутили, что все свои задумки они могут реализовывать новыми методами, и будут услышанными и увиденными, поскольку все, что снимается и выкладывается в интернет, становится доступным всему миру.

Специфика профессии заключается в том, что режиссер большую часть предварительной работы вынужден делать в одиночестве, лишь после того, как все будет решено в его голове, он делится своими наработками с киногруппой. По сути, работа режиссера – это бесконечная самостоятельная работа, которой он научился в стенах учебного заведения. Разумеется, первокурсникам не хватало живого общения со студентами старших курсов, им было необходимо, чтобы с ними делились опытом. Именно это подвигло их к активному участию во всех мероприятиях кинофакультета. Для жаждущих знаний и общения первокурсников участие в круглых столах и конференциях стало своего рода интеллектуальной отдушиной.

Таким образом, можно с уверенностью сказать, что даже непредвиденные обстоятельства помогают найти приемлемый вариант выхода из сложных ситуаций, если есть понимание своих целей и желание этих целей достичь.

Список использованной литературы:

1. Херцог Вернер. Путеводитель растерянных. Беседы с Полом Кронином. – М.: Rosebud Publishing, 2019.

2. Кац Стивен. Кадр за кадром. От замысла к фильму; пер. с англ. – М. Захарова. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2021.

3. Гудкова А. Питчинг. Как представить и продать свою идею. – М.: Альпина Паблишер, 2020.

ПСИХОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА И ОБЩЕСТВА

Международный научный журнал

Выпуск № 3 / 2022

Подписано в печать 15.03.2022

Рабочая группа по выпуску журнала

Ответственный редактор: Морозова И.С.
Редактор: Гараничева О.Е.
Верстка: Мищенко П.А.

Издано при
поддержке ГБОУ ВПО
«Донбасская аграрная
академия»

Контакты:

E-mail: donagra@yandex.ua
Сайт: http://donagra.ru

